

夏家善 主编 | 郑天一 元绍瑞 闫富英 注释

· 中国历代家训丛书 ·

历朝母训

太上有立德，其次有立功，其次有立言。

天津出版传媒集团

 天津古籍出版社

中国历代家训丛书

夏家善◎主编

历朝母训

郑天一 元绍瑞 闫富英◎注释

天津古籍出版社

图书在版编目(CIP)数据

历朝母训 / 夏家善主编 ; 郑天一, 元绍瑞, 闫富英
注释. -- 天津 : 天津古籍出版社, 2017. 8

(中国历代家训丛书)

ISBN 978 - 7 - 5528 - 0517 - 8

I. ①历… II. ①夏… ②郑… ③元… ④闫… III.
①家庭道德 - 中国 - 古代 IV. ①B823.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 083531 号

历朝母训

夏家善主编;郑天一 元绍瑞 闫富英注释
出版人/张玮

天津古籍出版社出版
(天津市西康路 35 号 邮编 300051)
<http://www.tjabc.net>

三河市龙大印装有限公司印刷
全国新华书店发行
开本 910 × 1230 毫米 1/32 印张 8.75 字数 222 千字
2017 年 8 月第 1 版 2017 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978 - 7 - 5528 - 0517 - 8 定价:30.00 元

序

我国古代文化典籍浩如烟海，品类繁多。其中，各种形式的“家训”“家诫”“家规”“家礼”，在普及传统文化、规范人们的生活和行为方式，整齐家风以至维持整个社会的谐调稳定方面，发挥了十分重要的作用。这一部分文化遗产很值得重视。

“三代而下，教详于家。”清代学者钱大昕这句话，概括地说明了我国古代具有重视家教的传统。“家训”“家诫”一类著作，起源于东汉而盛行于魏晋南北朝时期，它是当时世族社会教育制度的产物。人们十分熟悉的诸葛亮的《诫子书》，即产生于汉魏之际；而最早系统编撰成书的家训著作，当推南北朝时期颜之推的《颜氏家训》。作者撰写该书的直接目的在于“整齐门内，提撕子孙”，而其更深远的意义则是为了“轨物范世”“遗泽后昆”。这类著作以家族和家庭中长辈对晚辈耳提面命的谆谆教谕的形式，将传统伦理道德观念和儒家文化精神通俗地灌输传授给子孙后代，使其“同言而信，信其所亲；同命而行，行其所服”，即利用血亲伦常关系和长辈对晚辈的绝对影响力约束力，达到“助人君，明教化”的目的。各种家训中有关立志、勉学、修身养性、待人接物的训诫，无非是要求“养亲事君忠孝为本”“言则

忠信行则笃敬”“慎言检迹立身扬名”，以维持世族的社会地位。这种家教的传统之所以在我国古代社会一直延续下来，并且影响到近现代，是有其深刻的社会根源的。正如梁启超所说：“吾中国社会之组织，以家族为单位，不以个人为单位，所谓家齐而后国治是也。周代宗法之制，在今日形式虽废，其精神犹存也。”家族宗法制度的客观存在和历久不衰，就为家教传统的延续和“家训”一类著作的蓄衍提供了深厚的社会土壤。被视为“古今家训之祖”的《颜氏家训》一书问世后，曾辗转流布，反复梓刻，虽历千余年而不佚，存其影响示范之下，各种形式的家训、家教、家规、家约、治家格言之类著作层出不穷，无代无之。如若将这类著作加以汇集，恐怕有数百千家之多，显然这是一笔不容忽视的历史文化遗产。

从文化的视角来审察，我国两千多年的封建文化，其内容丰富而芜杂，但总的来说，占据主导地位的还是儒家文化。受这种文化氛围的熏陶，历代家训也深深地打上了儒家思想的印记，透过其或典雅精微或通俗易懂的言辞，其着力宣传之要旨大抵不外乎“正心”“诚意”“修身”“齐家”“治国”“平天下”的“大学之道”，“立人”“达人”“爱人”“谅人”的“忠恕之道”，以及“父慈子孝兄友弟恭朋友有信”的“絜矩之道”。也就是说，儒家所倡导的文化价值观念、理想人格模式和伦理道德规范，作为历代家训的主要精神支柱，是“儒者宣而明之”欲使其“家至而户说”的基本内容。当然，受释道思想文化的影响，古代家训中也夹杂着若干儒家文化以外的其他思想成分或因素，如道家之“无为”，佛家之心性修养等等，这也完全是事实。家训作为在历史上产生和发展的文化现象，它也不可能不带有其所经历的各个时代的烙印，但从实质和总体上来看，它还是以儒家的忠孝仁义为

本，吸纳融汇某些佛道思想，不过是作为达到忠孝仁义的手段而已。

显然，就思想内容而言，历代家训并非如前人所夸誉的那样，是“篇篇药石，言言龟鉴”，但它也绝不是一堆粪土，不是一堆完全有害无益的封建糟粕。对于家训这种既包含着糟粕，又包含着许多人生智慧和真、善、美的启示的历史文化遗产，我们应该像对待古今中外的各种文化一样，采取马克思主义的具体分析和批判继承的态度。任何一种文化体系作为完整的结构，都可以分解为不同的层面，每一层面又可以分解为若干要素；换言之，文化要素构成文化层面，文化层面构成文化系统。对它们是可以加以分析分解的，也可以根据新时代的需要进行重组或新的综合。我们对待历代家训也要采取分析的态度，区别良莠，批判剔除其封建性的糟粕，改造继承吸收其富有生命力的或在今天仍有启迪借鉴意义的文化内容，使其成为社会主义新文化的重要构成要素。

既然古代家训是封建时代的产物，大多出自历代帝王、名臣仕宦、封建士大夫之手，而为封建统治阶级所倡导，它就不可能不带有封建地主阶级意识形态的特征，不可能不大量宣扬封建道德观念。例如，历代家训中反复强调必须遵从封建的纲常名教，倡导愚忠愚孝的封建伦理道德；反复鼓吹“学而优则仕”“唯上智与下愚不移”和“万般皆下品，唯有读书高”的封建士大夫观念；反复提倡安常处顺、知足常乐、明哲保身的处世之道和保守思想，等等。毫无疑问，这些都属于封建思想的糟粕，是应该批判和舍弃的。这方面的思想流毒在今天仍不能忽视。

另一方面，历代家训中还包含着相当多的思想精华和在今天仍有积极意义的内容，在教育后代如何处世做人的论训中，提供

了前人丰富的人生经验和智慧，自觉或不自觉地宣传和弘扬了中华民族的传统美德，这些富有生命力的内容，都可供我们发现剔抉、含英咀华和借鉴吸收。从大的方面来说至少可以举出以下几点：

其一，鼓励立志。如诸葛亮《诫外甥书》说：“夫志当存高远，……若志不强毅，意不慷慨，徒碌碌滞于俗，默默束于情，永窞伏于凡庸，不免于下流矣！”《温氏母训》说：“岂有子孙专靠父祖过活之理！……若肯立志，大小自成结果。”

其二，奖掖进学。如诸葛亮《诫子书》说：“才须学也，非学无以广才，非志无以成学。”《颜氏家训》说：“幼儿学者，如日出之光；老而学者，如秉烛夜行。”

其三，劝勉勤俭。《朱柏庐治家格言》说：“黎明即起，洒扫庭除。”“一粥一饭，当思来处不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”明吴麟徵《家诫要言》说：“治家，舍节俭别无可经营。”“茹荼历辛，自是儒生本色。”

其四，提倡清廉。《景氏家训》载胡康公诲诸子曰：“予居官四十余年，无他长，但‘清白’二字，平生守之不失。尔曹今日虽未有官守，务全名节，金帛易动人，远而勿亲。”高攀龙《家训》说：“世间惟财色二者，最迷人，最败坏人。”

其五，导人行善。《朱柏庐治家格言》说：“勿贪意外之财，勿饮过量之酒。”“与肩挑贸易，毋占便宜；见贫苦亲邻，须加温恤。”《家诫要言》说：“待人要宽和，世事要练习。”“恶不在大，心术一坏，即入祸门。”《弟子规》说：“凡是人，皆须爱，天同覆，地同载。”“能亲仁，无限好，德日进，过日少。”

此外，历代家训还在强调知行合一，学以致用，应世涉务，分阴惜时，遵守礼仪，尊敬师长，孝顺父母，慎择朋友，睦邻友

好，克己让人等许多方面，都有一些精彩的议论和非凡的识见，有的至今仍能给人以真的启迪、善的奉劝和美的鉴赏，展示出永久的价值和魅力。这些积极的内容自然是我们今天建设社会主义精神文明所必须继承和发扬的。经过批判的分析和创造性的转化，完全可以用来作为对青少年进行思想品德教育的有益资粮和历史教材，倡导良好的家风亦有利于促进整个社会的安定团结和协调发展。

《中国历代家训丛书》的主编夏家善同志，是我刚调到南开大学工作时就已相识的老朋友。他长期研治中国文学，详熟古代文化典籍，特别瞩目于历代家训的搜集整理，用力甚勤，颇有心得。这套丛书就是他从我国历代家训中精选汇编出来的，共计12册，虽分类汇编而又构成一完整系统，有明确的指导思想，并邀请专家学者对各书分别加以标点、注释和说明，以便于读者准确地把握其思想内容，从中汲取智慧和涵养。这是一件很有意义的工作。夏家善同志向我征序，作为老朋友，我觉得难以拒绝，于匆忙中写了上述粗浅的认识，不当之处请编者和读者批评指正。

方克立

前 言

在中国历代家训的思想文库中，除却卷帙浩繁的父训，尚有不少慈母训诲子女之作。慈母教子，既有父亲的远见卓识，又具母亲特有的细心、耐心与温存。可以说，这是一种更易于为子女所接受的、富有实效的家训。为了给当今母亲教育子女提供可资借鉴的历史教材，《中国历代家训丛书》特列专集辑录母训，名曰《历朝母训》。

《历朝母训》的作者，涉及西周至清代诸历史时期的不同阶层。其中有史学家班昭，有文学家宋昭莘、宋昭若姐妹和钟令嘉，有普通家庭主妇温璜母、郑珍母，有后妃大任、徐皇后，有士大夫之妻郑氏等。她们分别从不同的角度，用不同的方法，告诉后人应如何教育子女。

《历朝母训》内容极为丰富，概括起来有以下几点：

第一，强调对子女品德的培养、教育是历代母训的重要内容。古人主张：“太上有立德，其次有立功，其次有立言。”（《左传·襄公二十四年》）以立德为首要任务。这种道德观决定了古代母训重在培养子女的美好品德。三国时代的习氏教子：“人患无德义，不患不富。”明末温璜母认为：“富贵不如文章，文章不如道德。”“远邪佞是富家教子第一义，远耻辱是贫家教子第一义。至于科第文章，总是儿郎自家本事。”强调做人应以修身立

德为本。

古代贤母教子，注重培养他们勤俭的品德。敬姜教育儿子，勤劳是立国、立家之本，能以勤劳为本，则国兴家兴。温璜母教子，持家能勤能俭，就会有二分剩余，过得宽舒、康泰。否则，纵使家有千金，挥霍无度，也有窘迫时。郑珍母告诫儿子：“人家无论有无，皆当勤苦节俭。节俭非勤苦人不知。”她们很有识见，没有把培养勤俭品德仅仅局限于修身，而是以之为立国、立家之本。她们为舒适生活确定了一个至今仍有意义的标准——勤俭。中华民族的这一美德能够传扬光大，与历代贤母们的教诲是分不开的。

古代贤母注重教子为官清廉。田稷子母发现儿子收受贿赂，告诫他：“非礼之利，不入于家”，要廉洁公正，才能“志遂而无患”，促使田稷子向齐宣王自首，返还所受贿赂。陶侃为鱼梁吏，做鱼鲊送给母亲。陶母原物退回，并责备他不该把官物送回家，让自己为他的不廉洁行为忧虑。这些贤母都致力于培养儿子淡泊私利、廉洁奉公的美德，使他们成为于国于民有益的好官吏。

第二，教育子女学会待人处世，是历代母训的另一重要内容。待人处世是与人生相始终的课题，母亲以其在家中的特定位置与天性特点，在这方面的教育注重谦和、宽厚，具阴柔之美，这与父训的阳刚之气相辅相成，更有利于培养后代全面发展。敬姜教育儿子对人要谦下，要与过己者交游。温璜母教育儿子，“与朋友相与，只取其长，弗取其短。如遇刚鲠人，须耐他戾气；遇骏逸人，须耐他罔气；遇朴厚人，须耐他滞气；遇佻达人，须耐他浮气，不徒取益无量，亦是全交之法”。郑珍母教子待人要宽容，“亲友间非有大故，当委曲完全，不可便破脸破相”。《女论语》总结女子处家之法是：以和为贵，以孝顺为尊。子发母责备儿子只管自己享乐，不顾部下，教育他应与士卒同甘共苦；李景让母鞭挞儿子，平息军士哗变；欧阳修母教育儿子为官要仁厚。正是由于这些母亲的教诲，才使她们的儿子通情达理，懂得

如何做人。

第三，关注子女读书成才，是历代母训又一内容。在男尊女卑的封建社会，教子读书本应是父亲的天职，但是，一些有远见卓识的母亲承担了这一责任。这主要表现在三方面：一是亲自指导子女读书，例如钟令嘉那样有一定文化修养的母亲。二是培养子女勤奋好学的品德，为他们成才奠定道德基础。例如，钟令嘉每晚教子读书，直到鸡鸣，使儿子自幼养成勤奋读书的习惯。三是用伟大的母爱呵护子女，为他们读书成才创造客观环境。例如，孟母三次迁居，选择适合于儿子读书的环境。孟子成为“亚圣”，包含着孟母的心血和汗水。郑珍母辛勤劳作，节衣缩食，以自己的牺牲扶助儿子，为其成才创造了有利条件。或许我们可以这样说：有伟大的母亲导之于前，就有杰出的儿子成就于后。

第四，训导女儿是历代母训的又一侧面。《女诫》《女论语》《女孝经》《女范捷录》等，皆专为教育女子而作。

历代母训一反传统观念，教育女子要读书，主张女子需要才智。《女范捷录》指出：“女子无才便是德，此语殊非。”认为“治安大道，固在丈夫；有智妇人，胜于男子”。赞美她们：“远大之谋，豫思而可料；仓促之变，泛应而不穷”。强调女子要发挥才智，匡夫之过，辅助丈夫、儿子为国家效力。

教育女子达理。不少贤母要求女子处己以礼，“语莫掀唇，坐莫动膝，立莫摇裙”。待人要合于礼，有客人过访，要以礼相待；若到别人家，也要依礼而行。奉父母、公婆更要有礼，不得自专。总之，女子要执礼以行。

教育女子要善于理家。历代贤母要求女子理家要勤要俭，“勤则家起，懒则家倾；俭则家富，奢则家贫”。要学女工，纺绩、缝纫，样样都要通。要勤于劳作，五更即起，料理三餐，还要善于安排菜蔬饮食。要把家中起居饮食安排妥帖，无论贫富，使一家人都像个样子。做到这些，家庭定会幸福。

第五，因为母亲在家中的地位、自身秉性不同于父亲，所以

教子方法也自有特点。

母亲教育子女，注意循循善诱。母亲一般都很细心，她们平时操持子女的衣食住行，最了解他们的心意，最善于诱导他们。郑珍母告诫儿子：“我欲命汝不饮，则酒原不误人；我欲命汝饮，则人又误于酒，汝自量焉。”她把自己的矛盾心理如实告诉儿子，让儿子自己思考该怎样做。孟母断织，则是用譬喻法教育儿子，读书要持之以恒，方能学有所成。

母亲教育子女，注意言传身教。钟令嘉在极艰苦的条件下，边纺绩边教子读书的勤奋精神不能不注入蒋士铨的心髓；她病中以儿子诵书疗疾的举动，不能不激励蒋士铨发愤读书，最终成就学业。可见言传身教更宜于为子女接受，进而变为他们自己的行动。

古代母训还有许多至今仍有积极意义的内容，诸如，教子立志，遵纪守法，成为有益于社会的人等等，此不一一详述。

正像任何事物都具有两面性一样，由于历史和时代的局限，古代母训中也不可避免地存在着封建糟粕。例如，教子追求功名富贵，以光耀门第；过分强调忍让，而阻止奋争；主张男尊女卑，要求女子卑弱自守，逆来顺受；宣扬女子“从一而终”的节烈观，赞美殉节的愚蠢行为；用封建枷锁束缚女子，扭曲其人格，压制其才智。这些都是我们今天应予摒弃的。

本书大体依时间顺序编排。有些母训系从他处撷取而来，为便于阅读，我们加拟了标题；有些母训为其子追述，为保持原貌，作者仍署其子之名。所选母训，一律标点、注释。在注释的时候，有的问题众说纷纭，我们仅取其一。

我们认为，将中国历代母训汇辑成册，借鉴古代贤母教育子女的经验和方法，为当今的家庭教育服务，是一项很有现实意义的工作。

郑天一

目 录

- 胎教····· [周]大任(1)
- 敬姜教子····· [春秋]敬姜(3)
- 训子语····· [战国]子发母(10)
- 择邻而居····· [战国]孟母(13)
- 断织劝学····· [战国]孟母(15)
- 教子勿欺····· [战国]孟母(17)
- 教子勿贪····· [战国]田稷子母(18)
- 教子言····· [汉]杜泰姬(20)
- 戒诸女····· [汉]杜泰姬(22)
- 勉子从大义····· [汉]赵荀母(23)
- 女诫····· [汉]班昭(25)
- 训子言····· [三国]习氏(40)
- 教侄读书····· [晋]任氏(42)
- 封鲋教子····· [晋]湛氏(44)
- 母训····· [隋]许善心母(45)
- 教子继家风····· [唐]郑善果母(47)
- 诫子语····· [唐]卢氏(49)
- 谕子行道义····· [唐]张镒母(51)

女孝经	[唐]郑氏(53)
女论语	[唐]宋若莘 宋若昭(76)
责子言	[唐]李景让母(92)
答皇帝问	[宋]薛氏(93)
教子学父	[宋]欧阳修母(94)
戒女书	[宋]李氏(97)
内训	[明]仁孝文皇后徐氏(100)
训子	[明]徐媛(141)
女范捷录	[明]刘氏(143)
女范	[明]胡氏(186)
遗子弟书	[明]李际阳母(196)
母教叙录	[明]袁衷等(199)
训子诗三十韵	[明]黄氏(210)
温氏母训	[明]温璜(214)
铨母教子	[清]蒋士铨(234)
母教录	[清]郑珍(237)
附录	
进《女孝经》表	[唐]郑氏(256)
《内训》序	[明]仁孝文皇后徐氏(259)
后记	(262)

胎 教

[周]大任^[1]

大任者，文王之母^[2]，挚任氏中女也^[3]，王季娶为妃^[4]。大任之性，端一诚庄^[5]，惟德之行^[6]。及其有娠，目不视恶色^[7]，耳不听淫声^[8]，口不出敖言^[9]，能以胎教^[10]。洩于豕牢^[11]，而生文王。文王生而明圣，大任教之以一而识百，卒为周宗^[12]，君子谓大任为能胎教。古者妇人妊子^[13]，寝不侧^[14]，坐不边^[15]，立不踈^[16]。不食邪味，割不正不食，席不正不坐^[17]，目不视于邪色，耳不听于淫声，夜则令警诵诗^[18]，道正事。如此，则生子形容端正，才德必过人矣。故妊子之时，必慎所感，感于善则善，感于恶则恶，人生而肖万物者^[19]，皆其母感于物，故形音肖之，文王母可谓知肖化矣^[20]。

注释

- [1] 大任：大，“太”的古字，音 tài。故“大任”后世亦作“太任”。周文王之母。挚国任姓之中女。《胎教》选自《列女传》，文章记述了大任妊娠期间的饮食起居、保健和精神生活，科学地说明了胎教对胎儿成长的重要作用，很值得借鉴。
- [2] 文王：即周文王，周武王之父，商末周族领袖。姬姓，名昌。商纣时曾被纣王囚于羑里（今河南省汤阴北），后获释，为西方诸侯之长，称西伯，亦称伯昌。建都于丰

邑(今陕西省西安市西南沔水西岸)。统治期间,任用姜尚等人,整顿军政,国力渐强,为武王灭商打下基础。在位五十年。

[3] 挚:古诸侯国,任姓。

[4] 王季:周太王古公亶父之末子,名季历。古公卒,立为公。妃:配偶,妻。

[5] 端一:庄重专一。诚庄:真诚严肃,诚实庄重。

[6] 惟德之行:只做合乎道德标准的事。

[7] 恶(è)色:邪恶的事物。

[8] 淫声:淫邪的乐声。古代以雅乐为正声,以俗乐为淫声。

[9] 敖言:傲慢不合乎礼的言语。

[10] 胎教:孕妇谨言慎行,心情舒畅,给胎儿以良好的影响,谓之“胎教”。

[11] 洩(sōu)于豕(shǐ)牢:洩,排泄大小便,此指排泄小便;豕牢,猪圈。洩于豕牢,在猪圈里小便。

[12] 周宗:周王朝的祖先。

[13] 妊子:怀孕。

[14] 侧:指睡觉侧卧。

[15] 边:边沿。

[16] 踣(bì):站立不正。

[17] “席不正”句:语出《论语·乡党》。古代坐席的四边要与墙壁平行。这句的意思是,如果坐席的四边和墙壁不平行,就不能坐。

[18] 瞽(gǔ):古代乐官,多以目盲者充任。

[19] 肖:相似。

[20] 肖化:古人谓胎儿在母体中受母亲的意念而转化。

敬姜教子

[春秋]敬姜^[1]

公父文伯退朝^[2]，朝其母^[3]，其母方绩^[4]。文伯曰：“以歌之家^[5]，而主犹绩^[6]，惧忤季孙之怒也^[7]，其以歌为不能事主乎！”

其母叹曰：“鲁其亡乎！使僮子备官而未之闻耶^[8]？居^[9]，吾语女^[10]。昔圣王之处民也^[11]，择瘠土而处之^[12]，劳其民而用之，故长王天下^[13]。夫民劳则思，思则善心生；逸则淫^[14]，淫则忘善，忘善则恶心生。沃土之民不材^[15]，淫也；瘠土之民莫不向义^[16]，劳也。是故，天子大采朝日^[17]，与三公、九卿祖识地德^[18]。日中考政^[19]，与百官之政事^[20]，师尹维旅、牧、相^[21]，宣序民事^[22]。少采夕月^[23]，与太史、司载纠虔天刑^[24]。日入监九御^[25]，使洁奉禘郊之粢盛^[26]，而后即安^[27]。诸侯朝修天子之业命^[28]，昼考其国职^[29]，夕省其典刑^[30]，夜儆百工^[31]，使无愆淫^[32]，而后即安。卿大夫朝考其职^[33]，昼讲其庶政^[34]，夕序其业^[35]，夜庀其家^[36]，而后即安。士朝而受业^[37]，昼而讲贯^[38]，夕而习复^[39]，夜而计过^[40]，无憾而后即安。自庶人以下^[41]，明而动^[42]，晦而休^[43]，无日以怠^[44]。王后亲织玄纁^[45]，公侯之夫人加之以纁缊^[46]，卿之内子为大带^[47]，命妇成祭服^[48]，列士之妻加之以朝服^[49]，自庶士以下^[50]，皆衣其夫^[51]。社而赋事^[52]，烝而献功^[53]，男女效绩^[54]，愆则有辟^[55]，古之制也^[56]。君子劳心，小人劳力，先王之训也^[57]。自上以下，谁敢淫心舍力^[58]？今我寡也^[59]，尔又在下位^[60]，朝夕处